

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini telah melalui cek plagiarisme dan dinyatakan layak dan lolos oleh tim plagiarisme.

Bojonegoro, 09 September 2022

Materai 10.000

Dimas Danny Yudatama
NIM : 3220180223

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Dimas Danny Yudatama

NIM : 3220180223

Judul : Peningkatan Teknik *Dribbling* Sepak Bola dengan Modifikasi Permainan
Zig-zag pada kelas VIII SMPN 2 Sugihwaras Bojonegoro

Telah dipertahankan dihadapan penguji pada tanggal 09 September 2022.

Dewan Penguji

Penguji I



Wahyu Setia Kuscahyaning Putri, S.Pd, M.Kes
NIDN: 0710029103

Penguji III



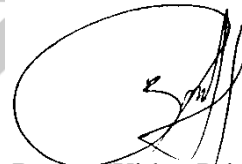
Olivia Dwi Cahyani, M.Pd
NIDN: 0729098702

Penguji II



K.M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I
NIDN: 2128097201

Penguji IV



Benny Widya Priadana, S.Pd M.Pd
NIDN: 0703078902

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Astrid Chandra Sari, M.Pd
FKIP UNUGIRI
NIDN: 0721059101

Astrid Chandra Sari, M.Pd
NIDN: 0721059101

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Hilmy Aliriad, M.Pd
NIDN: 0707048904

HALAMAN PERSETUJUAN

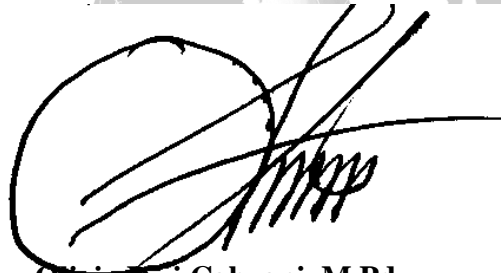
Nama : Dimas Danny Yudatama

NIM : 3220180223

Judul : Peningkatan Teknik *Dribbling* Sepak Bola dengan Modifikasi Permainan *Zig-zag* pada kelas VIII SMPN 2 Sugihwaras Bojonegoro

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian proposal skripsi.
Bojonegoro, 09 September 2022

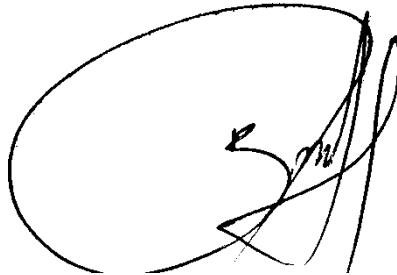
Pembimbing I



Olivia Dwi Cahyani, M.Pd

NIDN: 0729098702

Pembimbing II



Benny Widya Priadana, S. Pd, M.Pd

NIDN. 0703078902

MOTTO

Engkau bisa mencintai meskipun tanpa cinta.

(Emha Ainun Najib)

PERSEMBAHAN

Kedua orang tua dan diri sendiri



UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Assalamu Alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan, Shalawat dan salam penulis kirimkan kepada Nabi Muhammad SAW, Beserta para sahabat dan keluarga beliau yang telah memberikan tauladan dalam menjalani kehidupan di dunia dan di akhirat.

Penyusunan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bantuan serta kemurahan hati dari berbagai pihak. Oleh karena itu, disamping rasa syukur yang tak terhingga atas nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT penulis juga menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada Ibu Olivia Dwi Cahyani, M.Pd sebagai dosen pembimbing I dan Bapak Benny Widya Priadana, M.Pd sebagai dosen pembimbing II yang telah membimbing mulai dari awal hingga selesainya penyusunan skripsi ini. Serta penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. M. Jauharul Ma'arif sebagai Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
2. Astrid Chandra Sari, M.Pd Sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih kurang sempurna sehingga kepada pembaca, kiranya dapat memberikan saran yang sifatnya membangun agar kekurangan-kekurangan yang ada dapat dapat diperbaiki.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat berguna pada diri pribadi penulis, almamater, bangsa dan agama khususnya dalam rangka meningkatkan kualitas pendidikan di masa yang akan datang. Amin.

Bojonegoro, 09 September 2022



Dimas danny yudatama

ABSTRACT

Danny, Dimas 2020. *Peningkatan teknik dribbling sepak bola dengan modifikasi permainan zig-zag pada siswa kelas VIII SMPN 2 Sugihwaras Bojonegoro*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. Pembimbing Utama Olivia Dwi Cahyani, M.Pd. Pembimbing Pendamping Benny Widya Priadana, S.Pd, M.Pd.

Keywords : *Health physical education, Football, Dribbling techniques, Modification of the zig-zag game, Classroom action research.*

Physical education, sport and health is an integral part of the overall education system. In particular, Physical Education is sport and health to develop physical fitness, movement skills, critical thinking skills and social skills. Football is a sport that is most favored by all people, from young people to adults, soccer is also used as a learning process. The technique of dribbling is a very beautiful basic technique of soccer if the player is able to train it effectively. The purpose of this study is to improve soccer dribbling techniques with modifications to the zig-zag game. Modifications are needed by teachers to facilitate teachers in teaching activities with modifications, especially sports and health physical education teachers will present difficult teaching materials to be easier and simpler, Games zig-zag is a game of twists and turns following a zig-zag trajectory. The research method uses the Class Action Research (CAR) method with Cycle I and Cycle II. The subjects of this study were 32 students of class VIII B SMPN 2 Sugihwaras, the application of the modified zig-zag game aims to improve the dribbling technique of class VIII B students of SMPN 2 Sugihwaras. From the results of the implementation of the first cycle of class VIII B students reached a percentage of 43% and the implementation of the second cycle reached a percentage of 87%, with this improvement in the zig-zag game modification soccer dribbling technique was declared to have reached the classical value with the provision that is 85%.

UNUGIRI

ABSTRAK

Danny, Dimas 2020. *Peningkatan teknik dribbling sepak bola dengan modifikasi permainan zig-zag pada siswa kelas VIII SMPN 2 Sugihwaras Bojonegoro*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. Pembimbing Utama Olivia Dwi Cahyani, M.Pd. Pembimbing Pendamping Benny Widya Priadana, S.Pd, M.Pd.

Kata kunci : *Pendidikan jasmani kesehatan, Sepak bola, Teknik dribbling, Modifikasi permainan zig-zag, Penelitian tindakan kelas.*

Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Secara khusus, Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis dan keterampilan sosial. Sepak bola merupakan cabang olahraga yang paling digemari oleh semua kalangan, mulai dari yang muda hingga dewasa, sepak bola juga digunakan sebagai proses pembelajaran. Teknik *dribbling* merupakan teknik dasar sepak bola yang sangat indah apabila pemain mampu melatihnya dengan efektif. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan teknik *dribbling* sepak bola dengan modifikasi permainan *zig-zag*, Modifikasi sangat dibutuhkan oleh guru untuk mempermudah guru dalam kegiatan mengajar dengan modifikasi, terutama guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan akan menyajikan materi mengajar yang sulit menjadi lebih mudah dan disederhanakan, Permainan *zig-zag* merupakan permainan berbelok-belok mengikuti lintasan *zig-zag* Metode penelitian menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK) dengan Siklus I dan Siklus II. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII B SMPN 2 Sugihwaras yang berjumlah 32 siswa, penerapan modifikasi permainan *zig-zag* bertujuan untuk meningkatkan teknik *dribbling* siswa kelas VIII B SMPN 2 Sugihwaras. Dari hasil Pelaksanaan Siklus I siswa kelas VIII B mencapai persentase 43% dan Pelaksanaan Siklus II mencapai perentase 87%, dengan ini peningkatan teknik *dribbling* sepak bola modifikasi permainan *zig-zag* dinyatakan sudah mencapai nilai klassikal dengan ketentuan yaitu 85%.

UNUGIRI

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	60
MOTTO	61
KATA PENGANTAR	62
ABSTRACT	63
DAFTAR ISI	65
DAFTAR TABEL	67
DAFTAR BAGAN	68
DAFTAR GAMBAR	69
LAMPIRAN	70
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.3 Batasan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.4 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.5 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.6 Definisi Istilah.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI	Error! Bookmark not defined.
2.1 Tinjauan Pustaka.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Dasar Teori	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Sepak Bola.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Modifikasi Permainan	Error! Bookmark not defined.
2.3 Kerangka Berfikir	Error! Bookmark not defined.
2.4 Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.

3.1	Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2	Subjek Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.1	Populasi	Error! Bookmark not defined.
3.2.2	Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.3	Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.4	Lokasi penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.5	Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.6	Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7	Pengambilan data	Error! Bookmark not defined.
3.7.1	Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7.2	Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.7.3	Teknik Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
4.1	Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.2	Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		Error! Bookmark not defined.
5.1	Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2	Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN		Error! Bookmark not defined.

UNUGIRI

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2. 1 Pelaksanaan dan aturan permainan	Error! Bookmark not defined.
3. 1 Sampel Siswa kelas VIII A SMPN 2 Sugihwaras.....	Error! Bookmark not defined.
3. 2 Penilaian.....	Error! Bookmark not defined.
3. 3 Penilaian.....	Error! Bookmark not defined.
4. 1 Deskripsi data observasi awal.....	Error! Bookmark not defined.
4. 2 Deskripsi Data hasil observasi awal.....	Error! Bookmark not defined.
4. 3 Deskripsi data Siklus I	Error! Bookmark not defined.
4. 4 Presentase Siklus I	Error! Bookmark not defined.
4. 5 Deskripsi data Siklus II	Error! Bookmark not defined.
4. 6 Persentaase Siklus II	Error! Bookmark not defined.

UNUGIRI

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
2.3 Kerangka berfikir.....	32
3.1 Rancangan Siklus Penelitian Tindakan.....	36



UNUGIRI

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2. 1 Lapangan Sepak Bola	Error! Bookmark not defined.
2. 2 Gawang	Error! Bookmark not defined.
2. 3 Bola.....	Error! Bookmark not defined.
2. 4 <i>Cone</i>	Error! Bookmark not defined.
2. 5 Kostum Tim	Error! Bookmark not defined.
2. 6 Rompi Pemain	Error! Bookmark not defined.
2. 7 Sepatu Sepak Bola	Error! Bookmark not defined.
2. 8 kaos Kaki	Error! Bookmark not defined.
2. 9 Bantal tulang kering	Error! Bookmark not defined.
2. 10 Sarung tangan	Error! Bookmark not defined.
2. 11 Teknik <i>drbbling</i> menggunakan kaki bagian luar	Error! Bookmark not defined.
defined.	
2. 12 Teknik <i>dribbling</i> menggunakan kaki bagian dalam	Error! Bookmark not defined.
not defined.	
2. 13 Teknik <i>dribbling</i> punggung kaki	Error! Bookmark not defined.
2. 14 Permainan <i>dribbling zig-zag</i>	Error! Bookmark not defined.
2. 15 Pembagian warna kelompok	Error! Bookmark not defined.
2. 16 Permainan <i>zig-zag</i>	Error! Bookmark not defined.
4. 1 Grafik nilai siswa diobservasi awal.....	Error! Bookmark not defined.
4. 2 Persentase siswa.....	Error! Bookmark not defined.
4. 3 Penilaian Siklus I	Error! Bookmark not defined.
4. 4 Persentase Siklus I	Error! Bookmark not defined.
4. 5 Perbandingan Persentase Observasi Awal dan Siklus I.....	Error!
Bookmark not defined.	
4. 6 Penilaian Siklus II.....	Error! Bookmark not defined.
4. 7 Presentase Siklus II.....	Error! Bookmark not defined.
4. 8 Perbandingan Persentase Siklus I dan Siklus II	Error! Bookmark not defined.
defined.	

LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 RPP SIKLUS I.....	64
2 RPP SIKLUS II.....	71
3 Instrument Penelitian.....	80
4 Daftar Nama Siswa.....	82
5 Data Observasi Siswa.....	83
6 Penilaian Siklus I.....	85
7 Penilaian Siklus II.....	93
8 Foto Kegiatan Penelitian	101
9 Surat Izin Penelitian.....	105
10 Surat Balasan Penelitian.....	107



UNUGIRI